



わんぱく 保育園 献立表 (11月分)



			離乳食						
9:30		11:00	15:00	10:30	10:45	14:30	10:45	14:30	
日	曜	おやつ	昼食	おやつ	初期	中期	後期	後期	
1	水	牛乳 せんべい	ご飯 味噌汁 赤魚の煮付 きやべつと春雨の和え物	牛乳 カレー風味の ホットケーキ	10倍かゆ 白身魚のマッシュ	7倍かゆ 清汁 白身魚の味噌煮	7倍かゆ きやべつスープ じゃが芋のそぼろあんかけ	5倍かゆ 清汁 白身魚の味噌煮	5倍かゆ きやべつスープ じゃが芋のそぼろあんかけ
2	木	牛乳 せんべい	ご飯 清汁 じゃが芋と豚肉のうま煮 マカロニサラダ	お茶 おにぎり	10倍かゆ あけぼのマッシュ	7倍かゆ 味噌汁 グリビースのやわらか煮	7倍かゆ 清汁 煮豆腐	5倍かゆ 味噌汁 グリビースのやわらか煮	5倍かゆ 清汁 煮豆腐
4	土	牛乳 ポーロ	ご飯 野菜のごま味噌汁 鶏肉と南瓜の煮物	牛乳 せんべい	10倍かゆ 南瓜 マッシュ	7倍かゆ 味噌汁 南瓜のそぼろ煮	納豆かゆ 人参のごま煮	5倍かゆ 味噌汁 南瓜のそぼろ煮	納豆かゆ 人参のごま煮
6	月	牛乳 ウエハース	ご飯 にゅうめん ウインナー 切干大根の炒め煮	りんごゼリー	10倍かゆ 豆腐のくず煮	7倍かゆ 清汁 あんかけ豆腐	7倍かゆ 小松菜のスープ じゃこじゃが	5倍かゆ 清汁 あんかけ豆腐	5倍かゆ 小松菜のスープ じゃこじゃが
7	火	牛乳 コンスナック	ご飯 おでん風煮物 チンゲン菜の磯香和え	牛乳 黒ごま・きな粉 サンド	10倍かゆ 大根 マッシュ	7倍かゆ 味噌汁 きやべつをやわらか煮	7倍かゆ 野菜スープ 里芋のうま煮	5倍かゆ 味噌汁 きやべつをやわらか煮	5倍かゆ 野菜スープ 里芋のうま煮
8	水	牛乳 せんべい	ご飯 ハヤシチュー しょうゆフレンチ みかん	牛乳 変わり焼き	10倍かゆ ポテトマッシュ	7倍かゆ 野菜スープ じゃが芋のトマト煮	7倍かゆ 味噌汁 長芋のそぼろあんかけ	5倍かゆ 野菜スープ じゃが芋のトマト煮	5倍かゆ 味噌汁 長芋のそぼろあんかけ
9	木	牛乳 あられ	きのこピラフ わかめスープ コロッケ ポイルきやべつ みかん	牛乳 ロールケーキ	10倍かゆ 豆腐 マッシュ	おじや 豆腐の味噌煮	7倍かゆ わかめスープ 麩のべたべた煮	おじや 豆腐の味噌煮	5倍かゆ わかめスープ 麩のべたべた煮
10	金	牛乳 お米スナック	ご飯 清汁 スタミナ納豆 胡瓜のゆかり和え	お茶 おにぎり	10倍かゆ さつま芋マッシュ	7倍かゆ 味噌汁 納豆和え	おじや 人参の甘煮	5倍かゆ 味噌汁 納豆和え	おじや 人参の甘煮
11	土	牛乳 せんべい	ご飯 わんぱくカレー きやべつと磯辺和え	牛乳 あられ	10倍かゆ きやべつマッシュ	7倍かゆ 清汁 じゃこじゃが	7倍かゆ 味噌汁 小松菜のうま煮	5倍かゆ 清汁 じゃこじゃが	5倍かゆ 味噌汁 小松菜のうま煮
13	月	牛乳 じゃが芋スナック	ご飯 コンソメスープ ミックス野菜 煮込みハンバーグ	牛乳 ココアケーキ	10倍かゆ じゃが芋のマッシュ	7倍かゆ わかめスープ グリビースのやわらか煮	7倍かゆ 味噌汁 ブロッコリーのうま煮	5倍かゆ わかめスープ グリビースのやわらか煮	5倍かゆ 味噌汁 ブロッコリーのうま煮
14	火	牛乳 ビスケット	ご飯 ビーンズスープ さつま芋のカレー煮 きやべつとゆかり和え	ヨーグルト和え	10倍かゆ さつま芋マッシュ	7倍かゆ 清汁 さつまいものうま煮	7倍かゆ きやべつスープ 人参のじゃこ煮	5倍かゆ 清汁 さつまいものうま煮	7倍かゆ きやべつスープ 人参のじゃこ煮
15	水	牛乳 ビスケット	ご飯 味噌汁 ひじきの煮付 白ごまつね	牛乳 マカロニきな粉	10倍かゆ 青菜のマッシュ	7倍かゆ 納豆汁 小松菜のうま煮	7倍かゆ 清汁 さつま芋のきな粉和え	5倍かゆ 清汁 小松菜のうま煮	5倍かゆ 清汁 さつま芋のきな粉和え
16	木	牛乳 クラッカー	ご飯 魚の団子汁 じゃが芋のそぼろ煮 ブロッコリーのサラダ	豆乳ババロア	10倍かゆ 豆腐 マッシュ	7倍かゆ 清汁 じゃが芋の白煮	7倍かゆ ほうれん草スープ ブロッコリーのうま煮	5倍かゆ 清汁 じゃが芋の白煮	5倍かゆ ほうれん草スープ ブロッコリーのうま煮
17	金	牛乳 サブレ	ご飯 味噌汁 栄養さんびら 野菜のごまサラダ	牛乳 ふかし芋	10倍かゆ 南瓜 マッシュ	7倍かゆ 味噌汁 ブロッコリーのじゃこ煮	7倍かゆ 清汁 さつま芋のやわらか煮	5倍かゆ 味噌汁 ブロッコリーのじゃこ煮	5倍かゆ 清汁 さつま芋のやわらか煮
18	土	牛乳 ポーロ	ご飯 五目汁 牛肉とビーマンの細切り炒め	牛乳 せんべい	10倍かゆ 青菜のマッシュ	7倍かゆ 野菜スープ 小松菜のじゃこ煮	7倍かゆ 味噌汁 あんかけ豆腐	5倍かゆ 野菜スープ 小松菜のじゃこ煮	5倍かゆ 味噌汁 あんかけ豆腐
20	月	牛乳 ビスケット	ご飯 豆乳クリーム煮 もやしとにらの和え物 パナナ	牛乳 重ね煮	10倍かゆ じゃが芋のマッシュ	7倍かゆ 清汁 豆乳スープ 麩のべたべた煮	7倍かゆ 清汁 さつま芋のりんご煮	5倍かゆ 豆乳スープ 麩のべたべた煮	5倍かゆ 清汁 さつま芋のりんご煮
21	火	牛乳 コンスナック	ご飯 清汁 五目煮豆 シルバーサラダ	牛乳 りんご入り 蒸しパン	10倍かゆ あけぼのマッシュ	7倍かゆ 味噌汁 じゃが芋の白煮	7倍かゆ 清汁 人参のうま煮	5倍かゆ 味噌汁 じゃが芋の白煮	5倍かゆ 清汁 人参のうま煮
22	水	牛乳 クッキー	ご飯 高野のスープ 豚肉のうま煮 もやしのごま酢和え	牛乳 大学芋	10倍かゆ 人参マッシュ	7倍かゆ 野菜スープ 高野豆腐のうま煮	7倍かゆ 味噌汁 ほうれん草のじゃこ煮	5倍かゆ 野菜スープ 高野豆腐のうま煮	5倍かゆ 味噌汁 ほうれん草のじゃこ煮
24	金	牛乳 せんべい	ご飯 弓ヶ浜の味噌汁 いわしの梅 ブロッコリーの昆布和え	お茶 おにぎり	10倍かゆ 豆腐 マッシュ	7倍かゆ 清汁 さつまいものうま煮	7倍かゆ 野菜スープ 人参のそぼろ煮	5倍かゆ 清汁 さつまいものうま煮	5倍かゆ 野菜スープ 人参のそぼろ煮
25	土	牛乳 せんべい	五目うどん 野菜のツナ和え	牛乳 せんべい	10倍かゆ 白菜 マッシュ	7倍かゆ 清汁 納豆汁 白菜のうま煮	おじや じゃこじゃが	5倍かゆ 納豆汁 白菜のうま煮	おじや じゃこじゃが
27	月	牛乳 じゃが芋スナック	ご飯 なめこ汁 鶏肉の甘辛煮 野菜ののり和え	フルーツ和え	10倍かゆ 青菜のマッシュ	7倍かゆ 清汁 チンゲン菜のうま煮	7倍かゆ 野菜スープ じゃが芋のそぼろ煮	5倍かゆ 清汁 チンゲン菜のうま煮	5倍かゆ 野菜スープ じゃが芋のそぼろ煮
28	火	牛乳 クッキー	ご飯 清汁 鯖の煮付 三色和え	牛乳 芋ようかん	10倍かゆ 魚のくず煮	7倍かゆ 味噌汁 魚のくず煮	7倍かゆ 清汁 さつま芋のやわらか煮	5倍かゆ 味噌汁 魚のくず煮	5倍かゆ 清汁 さつま芋のやわらか煮
29	水	牛乳 ビスケット	ご飯 味噌汁 豚肉の炒り煮 白菜ときやべつと昆布和え	牛乳 コーンのおやき	10倍かゆ 豆腐 マッシュ	7倍かゆ クリームコーンスープ あんかけ豆腐	7倍かゆ 味噌汁 きやべつとじゃこ煮	5倍かゆ クリームコーンスープ あんかけ豆腐	5倍かゆ 味噌汁 きやべつとじゃこ煮
30	木	牛乳 紫いもスナック	大根カレーライス きやべつとコーンのサラダ みかん	ヨーグルト	10倍かゆ きやべつマッシュ	7倍かゆ 清汁 じゃが芋のうま煮	味噌おじや 豆腐のくず煮	5倍かゆ 清汁 じゃが芋のうま煮	味噌おじや 豆腐のくず煮